

알레르기 비염이란?

알레르기 비염은 비점막에서 비만세포 표면의 IgE와 항원의 결합으로 화학적 매개물질이 유리되어 일어나는 즉시형 알레르기 반응입니다.

알레르기 비염을 일으키는 원인이 되는 것을 항원이라고 하며, 집먼지 진드기, 꽃가루, 곰팡이, 애완동물의 털, 음식물 등이 대표적인 항원입니다.



알레르기 비염의 3대 주증상은 맑은 콧물, 재채기, 코막힘이며 이 중 2가지 이상의 증상을 갖고 있을 경우 알레르기 비염을 의심할 수 있습니다.



그 외에도 증상이 만성화될 경우 눈이나 코의 소양감, 두통, 후각 감퇴 등의 증상이 나타날 수 있습니다.

코가 간지러워 코를 문지르거나 콧잔등에 주름이 생기기도하고, 눈 밑의 색소침착이 나타나는 등 특징적인 모습을 볼 수 있습니다.

한의학표준임상진료지침은 한의사와 환자가 적절한 의료서비스를 결정할 수 있도록 돕기 위해 체계적으로 개발한 가이드라인으로, 임상현장에서 참고하여 활용할 수 있습니다. 본 지침은 한의학표준임상진료지침 개발사업을 통해 인증 받았습니다.

▶ 알레르기 비염의 한의학적 진단과 치료

한의학에서 알레르기 비염은 주로 폐(肺)의 기운이 허약하고 찬 공기에 손상이 되어 호흡기의 면역력이 떨어지거나 혹은 열이 쌓여 수분 대사가 원활하지 않아 발생하는 것으로 보고 있으며, 한의학적 변증 및 진단에 따라 알레르기 비염의 치료 방향을 결정하고 있습니다.



침



한약



한의 외용요법

▶ 알레르기 비염의 생활 관리

- 손을 깨끗하게 씻습니다.
- 실내와 침구류를 청결하게하고, 세탁 시에는 55℃ 이상의 뜨거운 물로 세탁해야 합니다.
- 집먼지 진드기는 고온다습한 환경을 좋아합니다. 실내 온도는 18~23℃, 습도는 40~50%로 유지하며 주기적으로 환기를 시켜줍니다.
- 꽃가루가 날리거나 황사가 심한 시기에는 되도록 외출을 삼가거나 외출 시에는 마스크를 착용하도록 합니다.
- 자신이 먹은 음식이 알레르기 비염 증상을 일으킨다고 생각되면 진찰을 통하여 그 원인을 확인하여야 합니다.



MEMO

알레르기 비염

한의학표준임상진료지침

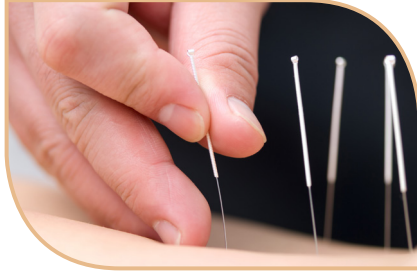
Korean Medicine Clinical Practice Guideline



Korean Medicine Clinical
Practice Guideline

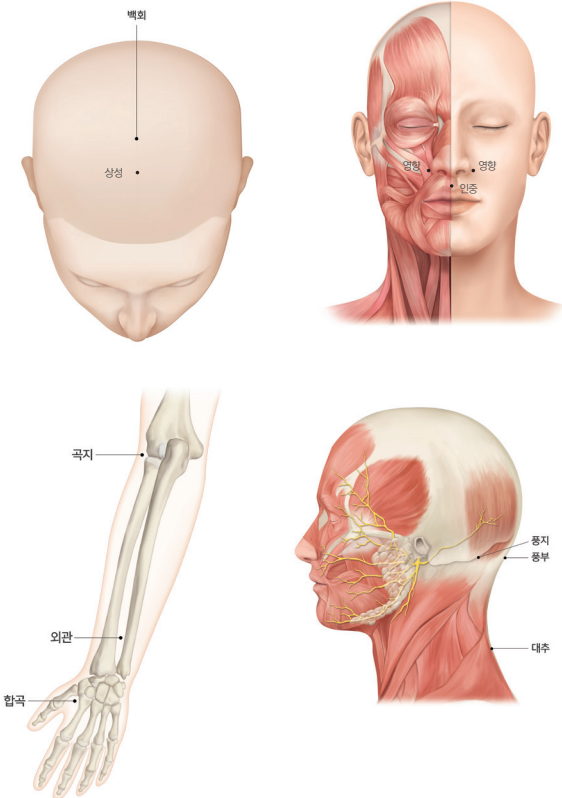
NIKOM
한국한의학진흥원

침



침치료는 알레르기 비염에 가장 널리 쓰이고 있는 한의 치료 중재로써, 알레르기 비염 증상 완화 및 삶의 질 개선에 효과적입니다.

치료혈위



한약



알레르기 비염의 증상 개선을 위해서 소청룡탕, 옥병풍산, 보종익기탕, 형개연교탕, 삼소음 등의 처방을 기본으로 하며, 한의사와 상담을 통해 환자 개인의 상태와 특성에 따라 적절히 처방 받으실 수 있습니다.

소청룡탕은 임상에서 알레르기 비염 치료에 사용되는 한방보험용 한약제제 중 가장 많이 사용되고 있는 처방입니다. 마황, 백작약, 오미자, 반하, 세신, 건강, 계지, 자감초로 구성되어, 해표화음(解表化飮)하고 지해평천(止咳平喘)하는 효능으로 외감풍한(外感風寒)으로 수음(水飮)이 정체되어 나타나는 폐한증(肺寒證)을 치료하며, 환자의 증상에 따라 약재의 가감을 고려합니다.

본원은 알레르기 비염의 진단, 치료선택, 치료평가까지 알레르기 비염 한의표준 임상진료지침을 준수하며, 기존에 알레르기 비염과 관련하여 출판된 모든 문헌과 논문 등을 종합하여 진료에 적용하고 있습니다.

한의 외용요법



한의 외용제 치료는 한약제제를 국소적으로 흡수시키는 효과적 투여 방법 중의 하나로 알레르기 비염에서는 비강 내 분무, 점적, 훈증, 흡입, 도포 등의 방법으로 이용되고 있으며, 황련해독탕(황련, 황금, 황백, 치자) 기반 한의 외용제인 비염고를 사용하여 코 증상과 삶의 질이 호전되었다는 연구 결과도 있습니다.

기타 치료



환자의 증상과 상태를 고려하여 한의사의 판단에 따라 뜸 치료, 부항 치료, 매선요법, 비강 내 광선요법, 추나요법 등을 병행하는 것도 고려할 수 있습니다.